

opusdei.org

# **Méditation audio : Montons vers la lumière**

Moment de prière à partir de  
l'Évangile du 2ème dimanche  
de Carême (Année A)

27/02/2026

## **Prière introductive**

*Au nom du Père, et du Fils, et du Saint  
Esprit.*

*Amen.*

*Mon seigneur et mon Dieu, je crois fermement que Tu es ici, que Tu me vois, que Tu m'entends. Je T'adore avec profonde révérence. Je Te demande le pardon de mes péchés et la grâce de faire avec profit ce moment de prière. Ma mère Immaculée, Saint Joseph, mon Père et Seigneur, mon Ange Gardien, intercédez pour moi.*

### **Conclusion**

*Je Te remercie, mon Dieu, des bonnes résolutions, des actes d'amour et des inspirations que Tu m'as communiqués dans cette méditation. Je te demande de m'aider à les mettre en pratique. Ma mère Immaculée, Saint Joseph, mon Père et Seigneur, mon Ange Gardien, intercédez pour moi.*

# Évangile de Jésus Christ selon saint Matthieu (17, 1-9)

En ce temps-là,

Jésus prit avec lui Pierre, Jacques et  
Jean son frère,

et il les emmena à l'écart, sur une  
haute montagne.

Il fut transfiguré devant eux ;

son visage devint brillant comme le  
soleil,

et ses vêtements, blancs comme la  
lumière.

Voici que leur apparurent Moïse et  
Élie,

qui s'entretenaient avec lui.

Pierre alors prit la parole et dit à  
Jésus :

« Seigneur, il est bon que nous soyons ici !

Si tu le veux,

je vais dresser ici trois tentes,

une pour toi, une pour Moïse, et une pour Élie. »

Il parlait encore,

lorsqu'une nuée lumineuse les couvrit de son ombre,

et voici que, de la nuée, une voix disait :

« Celui-ci est mon Fils bien-aimé,

en qui je trouve ma joie :

écoutez-le ! »

Quand ils entendirent cela, les disciples tombèrent face contre terre

et furent saisis d'une grande crainte.

Jésus s'approcha, les toucha et leur dit :

« Relevez-vous et soyez sans crainte !  
»

Levant les yeux,  
ils ne virent plus personne,  
sinon lui, Jésus, seul.

En descendant de la montagne,

Jésus leur donna cet ordre :

« Ne parlez de cette vision à  
personne,

avant que le Fils de l'homme

soit ressuscité d'entre les morts. »

[Accéder à toutes les méditations  
audio](#)

.....

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-be/article/meditation-  
audio-montons-vers-la-lumiere/](https://opusdei.org/fr-be/article/meditation-audio-montons-vers-la-lumiere/)  
(02/04/2026)